



Kleine Maßnahmen, große Wirkung

Die kostenfreie „LongLeif“-Wohnberatung unterstützt Seniorinnen und Senioren im Landkreis Garmisch-Partenkirchen – für ein selbstständiges Leben in den eigenen vier Wänden.

„Wir haben immer gedacht, wir könnten uns einen Badumbau nicht leisten“, erzählt Elisabeth K. Die 75-Jährige Garmischerin war beim Aussteigen aus ihrer Dusch-Badewanne bereits mehrmals schwer gestürzt. „Erst durch die ‚LongLeif‘-Wohnberatung haben wir von den Möglichkeiten finanzieller Förderung erfahren“, erklärt ihr Mann Gunther. Und freut sich: „Dank der neuen schwellenfreien Dusche sind wir jetzt beide viel entspannter – auch wenn mal einer von uns allein zu Hause ist.“

Ob eine Rollstuhlrampe auf die Terrasse, Treppenbeläge mit Rutsch-Stopp oder eine Lichtleiste am Boden, die dem nächtlichen Toilettengang die Stolpergefahr nimmt: Wenn aufgrund von körperlichen und gesundheitlichen Veränderungen der Alltag zu Hause komplizierter wird, können schon kleine Einrichtungsveränderungen ein großes Plus an Lebensqualität, Unabhängigkeit und Sicherheit bedeuten.

Um möglichst vielen Menschen im Landkreis Garmisch-Partenkirchen diese Lebensqualität zu ermöglichen, wurde im Oktober 2019 die „LongLeif“-Wohnberatung ins Leben gerufen. Sie befindet sich derzeit in der Bahnhofstraße 37, kombiniert mit den Räumen der Musterwohnung „LongLeif Living Plus“. Finanziert wird die Beratung anteilig aus Mitteln der „LongLeif GaPa gmbH“ (siehe unten) und des Landkreises. „Unser Angebot ist unverbindlich, neutral und kostenfrei“, erklärt Projektleiter Markus Heberle. Die Beratung richtet sich in erster Linie an Seniorinnen und Senioren, Menschen mit Handicaps jeden Alters sowie an alle Angehörigen, die kurzfristig oder vorausschauend das Wohnumfeld anpassen möchten. Aber auch Baugenossenschaften, Vermieter, Mieter sowie alle, die sich beruflich oder privat für das Thema barrierefreies Wohnen interessieren, können die „LongLeif“-Wohnberatung kostenfrei in Anspruch nehmen. Auf Wunsch kommt ein persönlicher Ansprechpartner des Teams auch zu den Interessenten nach Hause, um konkret auf individuelle Gegebenheiten und Fragen eingehen zu können.

Von Bad über Küche bis Schlafzimmer: Derzeit informieren und beraten vier Expertinnen und Experten zu individuellen Wohnlösungen, finanziellen Fördermöglichkeiten und moderner, leicht bedienbarer Technik, die den Alltag zu Hause sicherer und selbstständiger macht. „Meist sind schon kleine Veränderungen ein großer Gewinn – auf der praktischen und aber auch auf der emotionalen Ebene“, erklärt Projektleiter Heberle. Denn die Betroffenen sind seltener auf Hilfe von Verwandten oder Pflegediensten angewiesen und können möglichst lange in ihrem gewohnten Umfeld bleiben, statt in ein Wohnheim umziehen zu müssen. „Viele Kunden erzählen uns später, dass sie sich dank der Umgestaltungen nun auch allein zu Hause wohler, entspannter, selbstständiger und dadurch selbstbewusster fühlen“, berichtet „LongLeif“-Wohnberaterin Ursula Lampl. „Anstatt ängstlich, hilfsbedürftig und unsicher.“

Dabei ist auch wichtig zu wissen: „Man muss kein Vermögen in die Hand nehmen und nicht seine ganze Wohnung umbauen lassen, um von den modernen Entwicklungen oder einfachen Tipps und Tricks zu profitieren“, erklärt „LongLeif“-Wohnberater Joseph Heiß. Viele technische Veränderungen lassen sich in bereits vorhandene Einrichtungen und Möbel integrieren. Zum Beispiel: Automatische Aufstehhilfen in vorhandene Bettkästen oder absenkbare Schrankfächer in bereits bestehende Küchenoberschranke. Und: Für viele Maßnahmen gibt es Zuschüsse von Krankenkassen oder anderen Institutionen, so dass man die Kosten nicht alleine stemmen muss.



Infokasten (an beliebiger Stelle in den Text einzuklinken)

Weitere Beispiel-Maßnahmen für mehr Sicherheit und Unabhängigkeit in den eigenen vier Wänden sind:

- Erhöhungsblöcke für Sessel und Sofas
- auf Rollstuhl-Sitzhöhe versetzte Lichtschalter, Steckdosen und Spiegel
- Abschaltautomatiken bei elektrischen Geräten wie Herd, Wasserkocher oder Bügeleisen
- Esstisch und Stühle mit Abstützgriffen
- absenkbare Arbeitsflächen und Spüle in der Küche
- kameragestützte Bewegungsmelder, die im Falle eines Sturzes Alarmsignale an Verwandte oder Rettungsdienste senden
- Haustür-Sicherung mit Gegensprechanlage und Kameraüberwachung

Damit sich Interessierte einen Überblick über moderne altersgerechte Wohnlösungen verschaffen können, entstand zudem die Musterwohnung „LongLeif Living Plus“ – ebenfalls in der Bahnhofstraße 37 in Garmisch-Partenkirchen. Die Räumlichkeiten wurden vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit, Familie und Soziales gefördert. Darin wird seit Oktober 2019 vorgestellt, wie altersgerechtes Wohnen in der Realität aussehen kann – anhand vieler praktischer Beispiele zum Anfassen und Ausprobieren und für jeden zugänglich. Interessierte können sich hier unverbindlich und anschaulich von einem „LongLeif“-Mitarbeiter Raum- und Möbelanpassungen aller Art erklären lassen. Die Musterwohnung gibt auch Einblicke in spezielle technische Assistenzsysteme (kurz AAL). Dazu gehören zum Beispiel steuerbare Lichtsysteme, technikgestützte Sturzmelder oder automatische Herdabschaltungen.

Zusätzlich profitieren Besucher der Musterwohnung von einer spannenden wissenschaftlichen Kooperation: Die Räumlichkeiten werden gemeinsam mit dem Forschungszentrum „Geriatronik“ genutzt. Dieses Forschungszentrum der TU München ist wesentlicher Bestandteil der TUM-Leuchtturminitiative „Geriatronik – Assistenzrobotik für den Verbleib in den eigenen vier Wänden im Alter.“ Unter einem Dach können einerseits die Wissenschaftler neueste Entwicklungen im Bereich unterstützender Robotik, Mechatronik und Informationstechnik direkt in den Musterräumen testen – und andererseits interessierte Besucher den neuesten Stand der Forschung ganz alltagsnah in einem Wohnumfeld erleben.

Die „LongLeif“-Wohnberatung und der Zugang zur Musterwohnung „LongLeif Living Plus“:

Adresse: Bahnhofstraße 37, 2. OG (mit Fahrstuhl), 82467 Garmisch-Partenkirchen

Öffnungszeiten: Dienstag 09:00 - 12:30 Uhr, Donnerstag 16:00 - 19:00 Uhr sowie

Individuelle Terminvereinbarung (auch außerhalb der Öffnungszeiten) unter

Tel.: 08821 / 966 16 25 oder

E-Mail: wohnberatung@longleif.de

Weitere Infos zur „LongLeif GaPa gmbH“: www.longleif.de



HINTERGRUND / ÜBER LONGLEIF

Das Thema „Erhalt der Selbstständigkeit in den eigenen vier Wänden“ gewinnt zunehmend an Bedeutung. Dies gilt besonders für Garmisch-Partenkirchen. In unserer Gemeinde liegt der Anteil der Bürgerinnen und Bürger im Alter von 65 Jahren und mehr bei 25,1 Prozent. Dieser Wert ist bereits heute deutlich höher als der durchschnittliche Anteil in Gesamtbayern von 20,4 Prozent.

Die LongLeif GaPa gemeinnützige GmbH wurde am 11. November 2016 mit Sitz in Garmisch-Partenkirchen gegründet. Der Gesellschaft wurden vom Markt Garmisch-Partenkirchen als Alleingesellschafter Geldmittel in Höhe von insgesamt 57 Mio. Euro zur Verfügung gestellt. Hierbei handelt es sich um Finanzmittel, die dem Markt von der in der Schweiz ansässigen Günter und Ingeborg Leifheit-Stiftung (Lugano) zugewandt worden sind. Der Markt hat der Stiftung garantiert, diese Mittel nach den Vorgaben des Stiftungszweckes der Stiftung zu verwenden und hat die Erfüllung dieses Stiftungszweckes in den Unternehmensgegenstand der Gesellschaft übernommen.

Die LongLeif GaPa gGmbH ist eine hundert-prozentige Tochtergesellschaft des Marktes Garmisch-Partenkirchen und betreibt keinen auf Gewinnerzielung ausgerichteten Geschäftsbetrieb. Aufgabe der LongLeif ist es, die eingestellten Mittel für Förderprojekte im Sinne der gemeinnützigen Stiftungszwecke einzusetzen. Diese umfassen gemeinnützige und Wohltätigkeitszwecke zu Gunsten von alten und pflegebedürftigen Personen z.B. durch die Errichtung und die Unterstützung von Alten- und Pflegeheimen, die Förderung der wissenschaftlichen Forschung mit Bezug auf die Probleme des Dritten Alters sowie die Unterstützung von anderen Einrichtungen, die zu Gunsten älterer Menschen tätig sind.

Weitere Infos: www.longleif.de